

Goud, zilver en brons voor speerwerpers HAAG Atletiek op NK junioren 2018!

Tijdens het NK junioren in Emmeloord waren de speerwerpers van HAAG in topvorm!

Op **vrijdagavond** kwamen de A-junioren Dewi Lafontaine, Suzanne Giezeman en Tosca Smit in actie. In een spannende wedstrijd waarin regelmatig van positie werd gewisseld, eindigde Dewi op de 2^e plaats, Tosca werd 3^e en Suzanne eindigde op een verdienstelijke 6^e plek.

Dewi moest dit jaar haar meerkampambities door een blessure noodgedwongen op een laag pitje zetten, maar kon zich wel volledig op het speerwerpen richten. Het resulteerde in een zilveren 47,09mtr, bijna een meter boven haar persoonlijk record (en A-jun clubrecord!) uit 2017. Tosca was al met een zeer goed seizoen bezig, en verbeterde opnieuw haar persoonlijk record: 46,65mtr (brons!), waarmee haar vooruitgang t.o.v. 2017 is opgelopen tot 5 meter. Suzanne bleef met 41,47mtr iets onder haar beste jaarprestatie, maar leidt in klassement van de vooruitgang: 9 meter t.o.v. 2017. Voor alle drie geldt dat de grens dit seizoen nog niet bereikt lijkt te zijn.

Zaterdag kwam voor HAAG de eindbaas speerwerpen van dit jaar in actie, Dario Podda. Bij de B-junioren liet hij alle concurrentie eenvoudig achter zich met een gouden worp van 64,32mtr! Hiermee verbeterde hij met de 700 gram speer voor de derde maal op rij zijn persoonlijke record (en clubrecord!), en staat hij op de Nederlandse ranglijst allertijden bij de B junioren op een 11^e positie.

Na er een jaar tussenuit geweest te zijn, lijkt dit seizoen op Dario geen maat te staan. Eerder dit jaar wierp hij tijdens het NK teams met de seniorenspaar (800 gram) al 59,12 mtr, wat een A-jun clubrecord betekende en een top 20 positie op de Nederlandse ranglijst senioren 2018. Zijn B-jun record (700 gram) scherpt hij met meters tegelijk aan: 57mtr → 60 mtr → 64mtr. Het verschil waarmee hij dit doet lijkt alleen maar toe te nemen, dat belooft dus nog wat voor de rest van het seizoen.



B junior: Dario Podda (1^e)



A junioren: (vlnr) Dewi Lafontaine (2^e), Tosca Smit (3^e) en Suzanne Giezeman (6^e).

Ook op de overige werponderdelen kwamen de HAAG atleten in actie....

Kogelslingeren. Suzanne Giezeman (Jun A) slingerde de 4kg kogel naar een persoonlijk record van 36,67mtr (8^e).

Discuswerpen. Na een lastige start dit seizoen lijkt Dara Obot haar vorm in de laatste wedstrijden weer terug te krijgen. Een nette 47,27mtr leverde haar een 3^e plaats op. Suzanne Giezeman sloot haar derde werponderdeel van het weekend af met een persoonlijk record van 38,71mtr op een keurige 7^e plek. Met drie finaleplaatsen en twee persoonlijke records was het voor Suzanne een goede stap naar hogere klassering. Benjamin Coolen kwam (geblesseerd) niet in de buurt van wat hij kan met de 1,5kg schijf met 33,24mtr (13^e).

Kogelstoten. Dario Podda zat ongetwijfeld nog in z'n gouden speerwerpflow van de dag ervoor toen hij op zondag de kogel naar 15,27mtr stootte, vier cm onder z'n persoonlijk record. Het leverde hem een bronzen plak op. Vooral z'n serie van vier worpen boven de 15 mtr is goed te noemen, een maximaal rendement na een enkele training bij Erik van Vreumingen. Bij de B junioren kwamen ook Gabriël Emmanuel (C jun!) met 14,35mtr (5^e) en Benjamin Coolen met 13,07mtr (9^e) aan de start met de 5kg kogel.

Tekst & foto's: Paul de Vries